

Zusatzmaterial zum Beitrag „Andachten gestalten“ von Marie Krüerke

Als konkrete Anleitung zur Gestaltung einer Andacht stelle ich im Folgenden Ideen zur Auswahl passender Lieder, ein Körpergebet inklusive Bewegungen und den Ablauf des Abendmahls dar. Zusätzlich sind das „Vater unser“ und zwei Segensgebete für den Abschluss angehängt.

Zusammen singen

Die Texte von Kirchenliedern und Chorälen kennen viele Senioren ähnlich wie Gedichte auswendig. Die Melodien werden als tröstend und heimatlich erlebt, entsprechend wertvoll ist der gemeinsame Gesang. In der Vorbereitung nehme ich mir das Gesangbuch und suche Lieder heraus, die ich kenne und die thematisch passen.

Dann setze ich meinen „Telefonjoker“ ein: Ich rufe eine der Damen im betreuten Wohnen an, die gern zur Andacht kommen, und frage alle Lieder ab, ob sie bekannt sind. Dabei singe ich die ersten Zeilen vor, und die Seniorin sagt sofort „Kenne ich!“ oder „Kenne ich nicht!“ Innerhalb von knapp fünf Minuten habe ich die passenden Lieder zusammengestellt und abgesichert, und eine Bewohnerin des Hauses ist glücklich, mir geholfen zu haben und nützlich zu sein.

Auch einfache Kanons sind beliebt, wie „Vom Aufgang der Sonne bis zu ihrem Niedergang“, „Lobe den Herrn meine Seele“, „Der Herr denkt an uns“, „Dona nobis pacem“, „Er ist die rechte Freudensonn“ und „Herr, bleibe bei uns“. Sie eignen sich besonders, wenn Betroffene mit Demenz keine Liedtexte mehr lesen können und aus dem Gedächtnis mitsingen sollen. Solange aufgrund der Corona-Regeln nicht gesungen werden darf, ist es auch möglich, die ausgesuchten Lieder über CD abzuspielen.

Körpergebet

Ein Körpergebet ist ideal, um alle in Schwung zu bringen und den Inhalt ganzheitlich aufzunehmen. Dazu eignet sich ein kurzes Gebet, das mit Bewegungen verbunden wird:

Jesus, wenn meine Kraft nicht reicht - du stärkst mich.
 Jesus, wenn mein Blick trüb wird - du erhellst mich innerlich.
 Jesus, wenn meinem Herzen bange wird - du tröstest mich.
 Jesus, wenn ich nicht mehr weiterweiß - du führst mich.
 (Text von Marie Krüerke)

Wir sagen....

Wir bewegen uns....

Jesus, wenn meine Kraft nicht reicht	Zusammen sacken, Arme baumeln lassen
du stärkst mich.	Arme heben und anwinkeln wie ein Bodybuilder
Jesus, wenn mein Blick trüb wird	Augen reiben
du erhellst mich innerlich.	Arme wie Sonnenstrahlen zu den Seiten ausstrecken, Finger dabei weit spreizen
Jesus, wenn meinem Herzen bange wird	Hand auf den Brustkorb auf Höhe des Herzens legen
du tröstest mich.	Arme um den Oberkörper schlingen, als ob wir umarmt würden
Jesus, wenn ich nicht mehr weiter weiß	Schultern zucken, Hände ratlos heben
du führst mich.	Arme geradeaus vorstrecken, um eine klare Richtung/einen Weg vorwärts zu symbolisieren

Ablauf des Abendmahls

Die Fachkraft steht vorn und hält ein Stück Brot für alle gut sichtbar in der Hand. Alle Senioren nehmen ebenfalls ihr Stück Milchbrötchen o.ä. in die Hand, das bereits auf einer Serviette am Platz lag. Dann liest die Betreuung laut und deutlich die sogenannten „Einsetzungsworte“ des Abendmahls vor, um damit den Auftakt zu schaffen:

„Unser Herr Jesus Christus, in der Nacht, da er verraten ward, nahm er das Brot, dankte und brach es, gab es seinen Jüngern und sprach: Nehmt hin und esst. Das ist mein Leib, der für euch gegeben wird. Solches tut zu meinem Gedächtnis.“

Nun essen alle ihr Stück Brötchen und es herrscht einen Moment Stille, in dem alle einige Minuten innehalten oder beten können.

Weiter geht es mit dem Traubensaft, auch hier steht die Fachkraft vorn und hält gut sichtbar ein Glas mit Traubensaft. Die Senioren nehmen ebenfalls ihr zuvor ausgeteiltes „Schnapsglas“ mit Traubensaft in die Hand, während die Betreuung laut vorliest:

„Desgleichen nahm er auch den Kelch nach dem Mahl, dankte, gab ihnen den und sprach: Nehmt hin und trinkt alle daraus. Dieser Kelch ist der neue Bund in meinem Blut, das für euch vergossen wird zur Vergebung der Sünden. Solches tut, so oft ihr es trinkt, zu meinem Gedächtnis.“

Alle trinken ihren Traubensaft und besinnen sich danach einen Moment.

Mit einem lautgesprochenen Gebet für die ganze Gruppe kann die Fachkraft das Abendmahl beenden.

Die zugrunde liegende Bibelstelle der sogenannten Einsetzungsworte ist im ersten Brief an die Korinther im Kapitel 11, die Verse 23-25 zu finden.

Vater unser

Vater unser im Himmel
Geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel, so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn dein ist das Reich
und die Kraft und die Herrlichkeit
in Ewigkeit.
Amen.

Aus der Bibel, zu finden im Matthäusevangelium Kapitel 6, Verse 9-13

Segen

Zum abschließenden Segen steht die Fachkraft vorn, hebt die Hände und spricht laut eine Zusage Gottes für alle, um damit die Andacht zu beenden. Das abschließende „Amen“ hat die bekräftigende Bedeutung „So sei es“.

Der Herr segnet dich.
Der Herr behütet dich.
Der Herr lässt sein Angesicht
über dir leuchten,
er ist dir gnädig.
Der Herr sieht in seiner Barmherzigkeit
auf dich - und gibt dir Frieden.
Amen.

Gott ist dein Fels und deine Zuflucht;
er segnet dich.

Er weiß, was dich beunruhigt,
er, der Vater, schenkt dir Frieden.
Er weiß, was dich niederdrückt,
er, der Sohn, Jesus Christus, kommt
und richtet dich auf.
Er weiß, was dich bedrängt,
er, der heilige Geist, steht dir bei
alle Tage.

Gott ist die Quelle deines Glücks.
So segnet dich Gott, der Vater,
der Sohn, Jesus Christus,
und der heilige Geist.

Amen.

Theophil Tobler

aus dem Psalmen 42 und 43 zusammengestellt